

Квашенные (соленые) овощи и грибы. Сушеные овощи, плоды и грибы

МДК 01.01 Товароведение
продовольственных товаров и
продукции общественного
питания

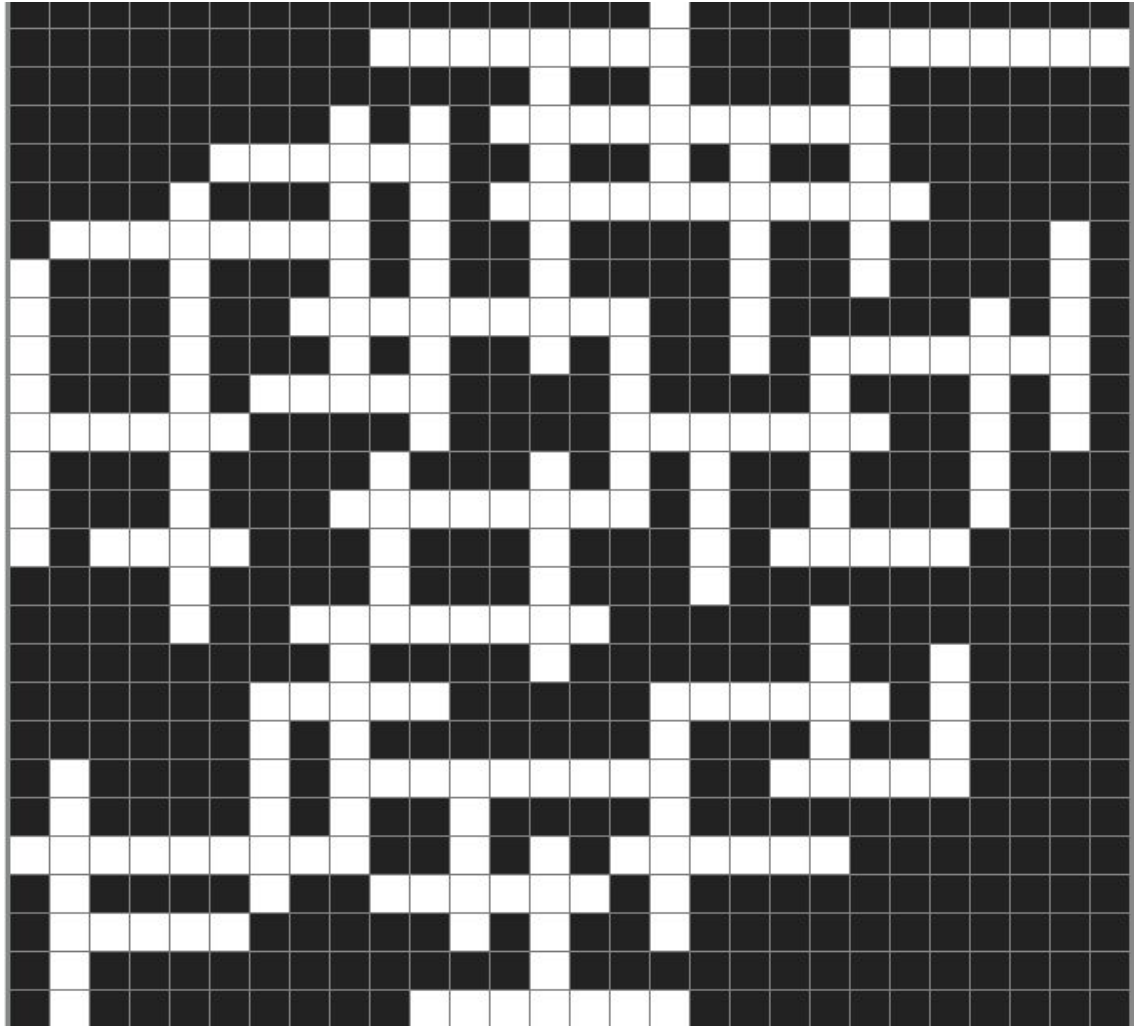
Тестирование - Овощи, плоды, ягоды и грибы

Тест

- Ежедневная норма...
- У вегетативной...
- К плодовой...
- Какие овощи...
- Какие овощи...
- К клубнеплодам...
- Родина картофеля
- Белок картофеля
- Энергетическая...
- Методы предупрежд...
- Наибольшее...
- В потребительску...
- Земляная груша -...
- Сроки хранения...
- Паренхимная...
- Какие корнеплоды...
- Выберите сорт...
- По форме редьки...
- Зеленая редька...
- Самая скороспела...
- По окраске репа...

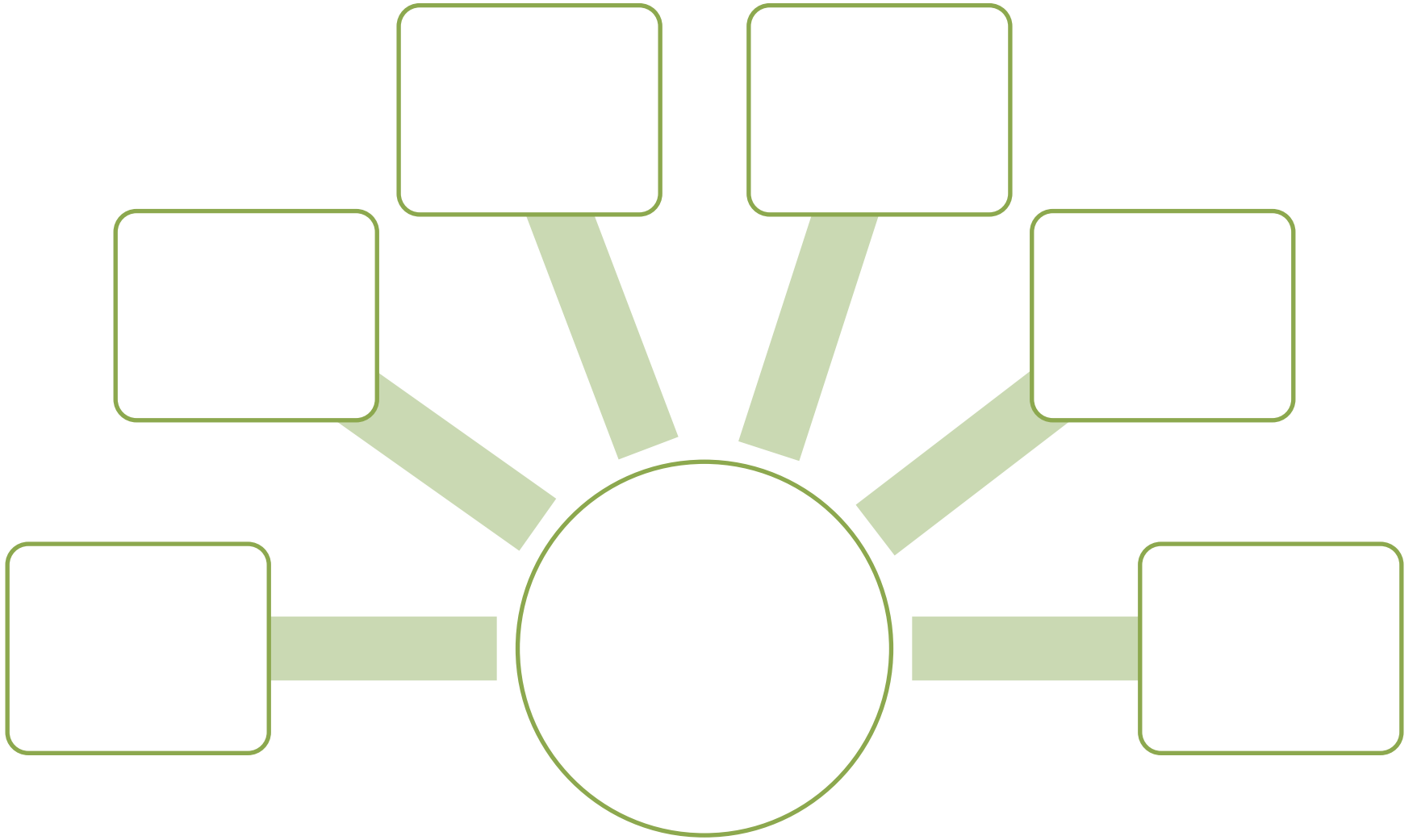
Ежедневная норма потребления картофеля для человека

- 100 г
- 300 г
- 500 г



КВАШЕНИЕ





Квашение

Квашение (соление) — распространенный способ консервирования, основанный на образовании молочной кислоты в результате сбраживания сахаров продукта молочнокислыми бактериями, имеющимися на поверхности сырья и в воздухе. *Молочная кислота* подавляет жизнедеятельность гнилостных бактерий. Для ускорения процесса накопления молочной кислоты лучше использовать сырье со значительным количеством сахара (в капусте — 4...5%, в огурцах — 2...2,5%). Повышению качества продуктов квашения и ускорению процесса квашения способствуют закваски из чистых культур молочнокислых бактерий.

Кроме молочнокислого брожения при квашении происходит и спиртовое брожение, вызываемое дрожжами. *Спирт* в соединении с молочной и другими кислотами образует *сложные эфиры*, которые придают квашеным продуктам специфический аромат.

При квашении добавляют соль. *Соль* влияет на вкус квашеных продуктов, повышает плотность их тканей. Кроме того, благодаря разности между концентрацией соли в тканевой жидкости и в растворе соли возникает осмотическое давление, вызывающее диффузию клеточного сока из продукта и проникновения соли в него. Вместе с клеточным соком продукта в рассол переходят сахара и другие вещества.



**АиФ
кухня**

Квашеная капуста

РЕЦЕПТЫ В ИНФОГРАФИКЕ

Сложность:



Выход

трехлитровая
банка

Активное время приготовления:

1 час

Пассивное время приготовления:

3 дня



2 средних кочана
капусты



1 кг моркови



4-5 ст.л. крупной
соли



1 стакан клюквы
(по желанию)

шаг
1



Капусту очистить от грязных листьев, ополоснуть кочан, дать стечь; морковь помыть и почистить.

шаг
2



Капусту шинковать, морковь нарезать тонкой соломкой.

шаг
3



Капусту перетереть с солью в тазу, добавить морковь и клюкву, перемешать; утрамбовать все руками.

шаг
4



Прижать тарелкой или блюдом, поставить груз и оставить в теплом месте до тех пор, пока капуста не даст сок.

шаг
5



Переложить в трехлитровую банку, поставить в теплое место и подождать три дня.

шаг
6



При подаче можно добавить сахар, лук репчатый или зеленый, растительное масло.



РАСПЕЧАТАЙ И ПОВЕСЬ!

Редактор: Мария Тихменева
Дизайнер: Александр Минибаев

АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ
кухня



/aiffood



/aif_food

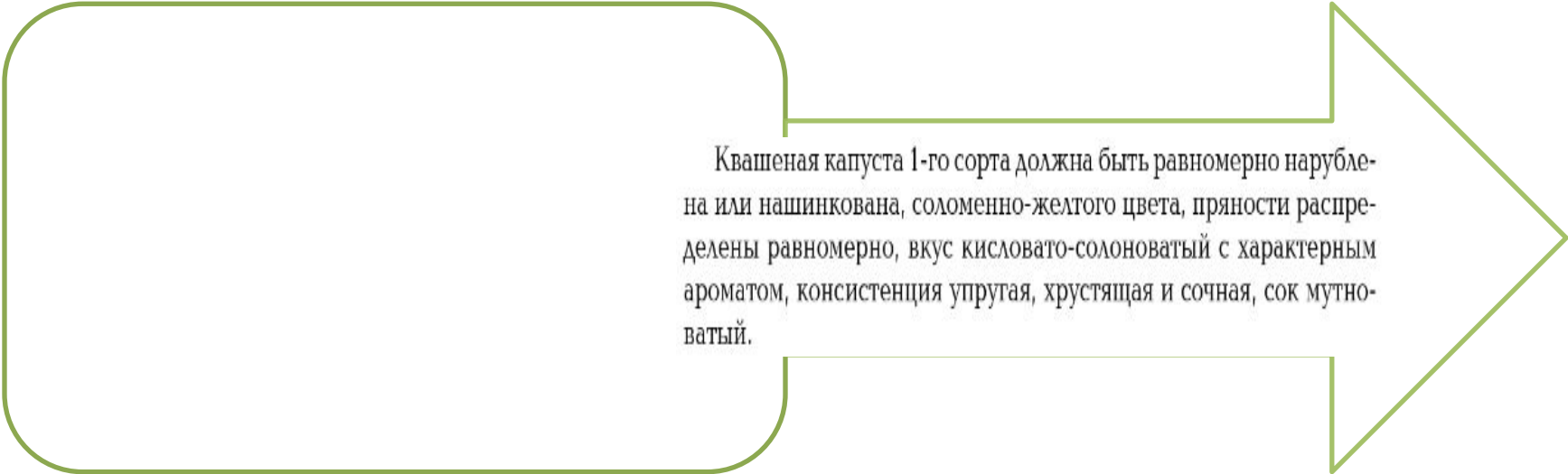
Практическая работа «Квашенные (соленые) овощи и грибы»

1. Ознакомиться с теоретическими материалами (уч. стр. 103-106).
2. Составить опорный конспект по предложенному плану.

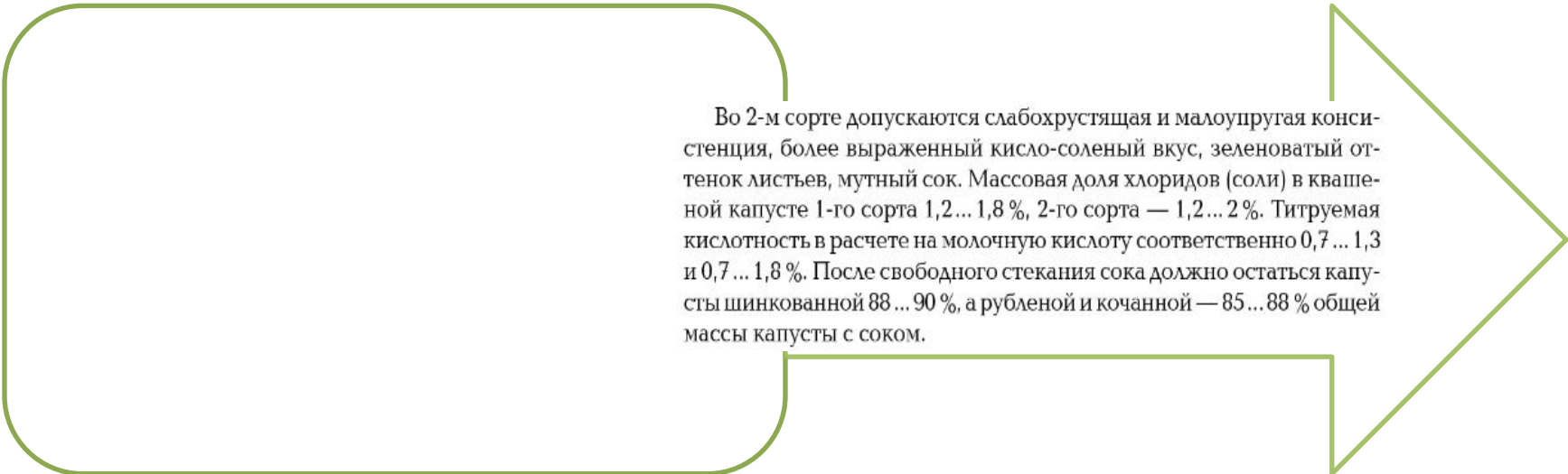
- Капуста квашеная по способу приготовления
 - Шинкованная
 - Рубленая
 - Цельнокочанная
 - Цельнокочанная с шинкованной
 - Цельнокочанная с рубленой

Химический состав квашеной капусты

Квашеная капуста содержит: воды 89 %, сахаров 2,9 %, белков 1,8 %, клетчатки 1 %, минеральных веществ 3 % (Na, K, Ca, Mg, P и Fe), органических кислот (молочная) 1,1 %, витамины (PP, C — 30 мг%, B₁ и B₂). Калорийность 100 г квашеной капусты 23 ккал.



Квашеная капуста 1-го сорта должна быть равномерно нарублена или нашинкована, соломенно-желтого цвета, приности распределены равномерно, вкус кисло-солоноватый с характерным ароматом, консистенция упругая, хрустящая и сочная, сок мутноватый.



Во 2-м сорте допускаются слабохрустящая и малоупругая консистенция, более выраженный кисло-соленый вкус, зеленоватый оттенок листьев, мутный сок. Массовая доля хлоридов (соли) в квашеной капусте 1-го сорта 1,2... 1,8 %, 2-го сорта — 1,2... 2 %. Титруемая кислотность в расчете на молочную кислоту соответственно 0,7 ... 1,3 и 0,7 ... 1,8 %. После свободного стекания сока должно остаться капусты шинкованной 88 ... 90 %, а рубленой и кочанной — 85... 88 % общей массы капусты с соком.

Основными недопустимыми дефектами квашеной капусты являются потемнение, порозовение, ослизнение, размягчение. По микробиологическим показателям качества квашеная капуста не должна иметь признаков гниения и плесневения. Используют квашеную капусту для салатов, винегретов, приготовления первых и вторых блюд.

Хранят квашеную капусту на предприятиях общественного питания от 3 до 5 дней при температуре 3 °С и относительной влажности воздуха 85... 90 %.

Практическая работа «Сушеные овощи, плоды и грибы»

1. Ознакомиться с [теоретическими материалами](#) (уч. стр. 107-110).
2. Составить опорный конспект по предложенному [плану](#).